

<< “自我认识与成长” 小组指导手册 >>

图书基本信息

书名：<< “自我认识与成长” 小组指导手册 >>

13位ISBN编号：9787303141272

10位ISBN编号：7303141278

出版时间：2012-2

出版时间：北京师范大学出版社

作者：高屹

页数：162

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## << “自我认识与成长”小组指导手册 >>

### 内容概要

为了把心理咨询专业的学生培养成为合格的心理咨询师，我们可以通过一系列的基础课程和专业课程的讲授使学生获得“理论知识”方面的素养，借助技能课程的训练使学生具备“方法和技能”方面的条件，但是如何帮助学生完成和达到自我成长和专业角色方面的要求呢？为此，我们专门设立了一门课程——“自我认识与成长”。

这门课程承载了对学生个人成长的要求的培养任务，它的目的是帮助学生更加全面和深入地认识自己，并具备一定的自我察觉、自我分析和自我调节能力，以促进其心理成长和成熟，为未来从事心理咨询工作做好专业素质方面的相应准备。

为了有效地达到教学目的，首先要求教学内容能够体现并服务于教学目的。本教材的教学内容设计，从职业培养要求出发，从心理咨询师所需要的自我成长的具体内容入手，同时结合大学生伪年龄和群体特点，结构科学合理，能很好地满足教学的要求。

自我认识和成长是一个发生在每一位学生身上的复杂的心理过程，很难依靠教师的说教来完成。所以，传统的课堂讲授式的教学形式，远远不能满足这门课的教学需求。这门课程的教学形式设计完全打破了传统教学模式，为了准确地体现课程的教学内容和形式，本教材没有采用以往常规、的编撰方式，而采取了新的编撰方式。

这种新的教材编撰方式以团体心理咨询活动方案为整体架构，教材的主体便是一个以教学目标为团体活动目标的团体活动设计方案。教材以团体单元活动为结构单位，除了团体开始和结束两个单元外共有五个核心单元，核心单元的内容由单元简介、单元团体活动方案、单元内容阐释、单元教学资料这五部分组成。

不仅心理咨询师需要自我认识方面的素质，其他“助人工作”和“以影响他人的心理和精神为工作内容的工作”的从业者也需要这方面的专业素质，所以“自我认识与成长”应该成为相关专业的必修课程。

在国内外的“社会工作专业”教学实践中，一直比较重视“自我认识与成长”课程。所以，除了心理咨询专业外，本教材也适合做高等学校相关专业的专业教材。

书籍目录

绪论

- 一、自我的含义及自我认识与成长的关系
- 二、自我认识与心理咨询师
- 三、自我认识与青年大学生
- 四、教学目标和内容
- 五、教学形式设计的理论基础
- 六、团体心理咨询的教学组织形式
- 七、“体验式学习”的学习方式

第一单元 我们在一起 .

- 第一部分 单元简介
- 第二部分 单元团体活动方案
- 第三部分 单元教学资料

第二单元 我的个性特点

- 第一部分 单元简介
- 第二部分 单元团体活动方案
- 第三部分 单元内容阐释
- 第四部分 单元教学资料

第三单元 我和原生家庭及我的成长历程

- 第一部分 单元简介
- 第二部分 单元团体活动方案
- 第三部分 单元内容阐释
- 第四部分 单元教学资料

第四单元 我和他人

- 第一部分 单元简介
- 第二部分 单元团体活动方案
- 第三部分 单元内容阐释
- 第四部分 单元教学资料

第五单元 我的人生观和价值观

- 第一部分 单元简介
- 第二部分 单元团体活动方案
- 第三部分 单元内容阐释
- 第四部分 单元教学资料

第六单元 我的现状及未来

- 第一部分 单元简介
- 第二部分 单元团体活动方案
- 第三部分 单元内容阐释
- 第四部分 单元教学资料

第七单元 告别

- 第一部分 单元简介
- 第二部分 单元团体活动方案
- 第三部分 单元教学资料

主要参考资料

章节摘录

版权页： 器官缺陷的儿童。

大多数器官或内分泌腺有缺陷的儿童，常因为别人无法了解他们的困难，使他们变得只对自己有兴趣，而成为失败者，但是有些人却能够奋力克服身体及外在环境的限制，而对我们的文化有杰出贡献，所以，光看肉体是无法判断其心灵发展将会变好或变坏的。

被骄纵的儿童。

他们多会期待别人把他的愿望当法律，他不必努力就会成为天之骄子，所以当他进入一个众人不是以他为中心的情境，且别人也不是以体贴他的感觉为目的时，他就会觉得世界亏待了他。

当他们长大后，如果别人不再对他们谄媚或顺服，他们往往觉得社会对他们充满敌意，而想要施与报复，此时如果施与处罚，只会更加强他们。

别人都反对我的信念。

被忽视的儿童。

他们从不知爱与信任感为何物，只因社会曾对他冷漠，他就误以为它永远是冷漠的，所以他不但怀疑别人，也不能信任自己，当他面临生活问题时，他总会高估其中的困难，而低估自己应付困难的能力及旁人的善意与帮助，他们多数会成为失败者，其中大多数人的出身是孤儿或私生子。

(2) 自卑感与优越感。

每个人都有不同程度的自卑感，而优越感即是自卑感的补偿。

一个健康、正常的人，当他的努力在某方面受到阻挠时，他就能在另一方面找到新门路，争取优越感。

但是有些人却订了错误的目标，使用错误的方法来追求优越感，将他们的努力转向生活中无用的一面，真正的问题却被遮掩起来或摒除不谈。

人类追求优越感是永远不会停止的，因为我们永远不会满足于自己的成就而止步不前，这正是我们对文化的贡献。

(3) 生活方式。

每个人在不同的情境下会发展出不同的生活方式，要改变一个人的生活方式必须减少他的自卑感，实际上我们也不愿意完全根除自卑感，因为它是建构某些事物的基础，所以我们要做的是改变他的目标。

早期回忆是了解生活方式的方法之一，除此之外，我们还可借由家中排行来了解。

(4) 社会兴趣。

社会兴趣指个体知觉到自己是人类社会的一分子，以及个体在处理社会事务时的态度，包括：为人类追求更美好的未来。

人们由共同参与活动与互相尊重而表达出社会兴趣，此时他们是朝生命的光明面发展，而不具社会兴趣的人会变得沮丧，生活在黑暗面。

## << “自我认识与成长” 小组指导手册 >>

### 编辑推荐

《21世纪高职高专系列规划教材:“自我认识与成长”小组指导手册》的教学内容设计,从职业培养要求出发,从心理咨询师所需要的自我成长的具体内容入手,同时结合大学生的年龄和群体特点,结构科学合理,能很好地满足教学的要求。

#### 版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>